

Packliste für deine Kliniktasche



Ab der 36. Schwangerschaftswoche sollte die Kliniktasche bereitstehen! Bestenfalls 2 Taschen vorbereiten: Für den Kreissaal sowie für den Klinikaufenthalt (je nach Länge des Aufenthaltes, solltest du es entsprechend einplanen). Die Kreissaal Tasche kann oben in die Kliniktasche gelegt werden.

Kreissaal - Tasche:

- 2-3 gemütliche lange Shirts
- Warme Socken
- Offene Schuhe (Hausschuhe)
- Lange Strickjacke
- Hygieneartikel (Lippenpflege, Deo, Wasserspray etc.)
- Haargummis/ Haarreifen/Haarbürste
- Traubenzucker für die Energie
- Knabberzeug (Kekse etc.)
- Lieblingsgetränk
- Elektro, z.B. Ladekabel, Kopfhörer
- Ggf. Handtuch/ Decke fürs Baby (zur Gewöhnung an den „Zuhause Geruch“)

Dokumente:

- Personalausweis
- Mutterpass
- Krankenversicherungskarte
- Heirats- & Geburtsurkunde (für die Anmeldung beim Standesamt im Krankenhaus)
- Impfausweis (je nach Covid 19 Lage)

Klinik - Tasche (pro Tag):

- Leggings/ Jogginghose (ohne Gummi)
- Still-BH (Stillmamas) oder Sport-BH (Flaschenmamas)
- Gemütliche Unterhose oder Netzhose
- Langes Top/ Shirt (ggf. Stilltop)
- Lange Strickjacke (über den Po für ein gutes Gefühl nach der Entbindung)
- Warme Socken & Hausschuhe/ Latschen
- Schlafkleidung
- Hygieneartikel

Baby:

- Homecoming Outfit: je nach Wetterlage; Kurz- & Langarm-Body, Hose, Socken, Mütze, ggf. Jacke
- Kuschedecke/ Pucksack/ Kuscheltier (Damit sich das Neugeborene an den „Zuhause Geruch“ gewöhnt)
- Schnuller (falls gewünscht)
- Einschlagdecke für die Autoschale

Überflüssig: Babycremes, Babyseife, Handtücher

Vom Krankenhaus für den Aufenthalt gestellt:

- Babyschlafsack
- Windeln
- Handtücher
- Babykleidung für den Aufenthalt
- Feuchttücher
- Einlagen für den Wochenfluss

